



Gesundheitsschutz und Sicherheit nach einem Orkan

German translation of "Protect Your Health and Safety After a Hurricane"

(<http://www.bt.cdc.gov/disasters/hurricanes/recovery.asp>)

Vermeidung von durch **LEBENSMITTEL** hervorgerufene Krankheiten

Werfen Sie Lebensmittel, deren Verzehr nicht mehr sicher ist, weg. Werfen Sie Lebensmittel weg, die möglicherweise mit Hoch- oder Abflusswasser in Berührung gekommen sind. Werfen Sie Dosenlebensmittel weg, wenn sich die Verpackung nach außen wölbt, offen oder beschädigt ist. Werfen Sie Lebensmittel weg, die einen ungewöhnliche Geruch, Färbung oder Oberfläche aufweisen. Werfen Sie leicht verderbliche Lebensmittel (u.a. Fleisch, Geflügel, Fisch, Eier und Speisereste) weg, die länger als 2 Stunden Temperaturen von über 5 C ausgesetzt waren. Aufgetaute Lebensmittel, auf denen sich Eiskristalle zeigen oder die eine Temperatur von weniger als 5 C aufweisen, können wieder eingefroren oder gekocht werden. Wenn Dosen mit Hoch- oder Abflusswasser in Berührung gekommen sind, entfernen Sie die Etiketten, waschen die Dosen und tauchen diese in eine Lösung aus 1 Tasse Bleiche auf ca. 20 Liter Wasser. Beschriften Sie die Dosen daraufhin mit einem Filzstift.

Bewahren Sie Lebensmittel an einem sicheren Platz auf. Lassen Sie die Tür des Kühlschranks bzw. der Gefriertruhe möglichst geschlossen solange die Stromversorgung unterbrochen ist. Legen Sie Eisblöcke oder Trockeneis in den Kühlschrank, wenn der Strom voraussichtlich länger als 4 Stunden unterbrochen sein wird. Tragen Sie bei der Handhabung von Eis feste Handschuhe.

Vermeidung von durch **WASSER** hervorgerufene Krankheiten

Folgen Sie den öffentlichen Ansagen. Ihre lokalen Behörden informieren Sie darüber, ob das Leitungswasser sicher zum Trinken bzw. Kochen und Waschen verwendet werden kann. Wenn das Wasser verseucht ist, folgen Sie den jeweiligen Anweisungen und verwenden Wasser aus der Flasche, bzw. erhitzen oder desinfizieren das Wasser bevor Sie es zum Kochen, Reinigen oder Waschen verwenden.

Korrektes Abkochen oder Desinfizieren des Wassers. Lassen Sie das Wasser mindestens 1 Minute lang kochen um alle Bakterien abzutöten. Wenn Abkochen nicht möglich ist, geben Sie 1/8 Teelöffel (~0,75 mL) einer neu gekauften, geruchlosen flüssigen Bleiche auf ca 4 Liter Wasser. Rühren Sie die Flüssigkeit gut um und lassen Sie diese vor der Verwendung 30 Minuten lang stehen. Alternativ können auch Tabletten zur Wasseraufbereitung verwendet werden. Füttern Sie Säuglinge **nur** mit Fertigbabynahrung. Verwenden Sie kein behandeltes Wasser zum Anrühren von pulverisierter Babynahrung. Reinigen Sie Kinderspielzeug, das mit dem Wasser in Berührung gekommen ist. Verwenden Sie hierzu eine Lösung aus 1 Tasse Bleiche auf ca. 20 Liter Wasser. Lassen Sie das Spielzeug nach dem Säubern an der Luft trocknen.

Vermeiden bzw. Behandeln **SONSTIGER KRANKHEITEN** und **VERLETZUNGEN**

Vermeiden von Kohlenmonoxidvergiftung. Kohlenmonoxid ist ein geruchloses, farbloses Gas, das durch viele verschiedene Geräte verursacht wird und beim Einatmen lebensbedrohliche Auswirkungen haben kann. Verwenden Sie keinen Stromgenerator, Kohlegrill, Campingkocher, oder andere mit Benzin bzw. Kohle betriebene Kocher im Haus, Keller, in der Garage oder in der Nähe von Fenstern, Türen oder Abzugsöffnungen. Lassen Sie niemals ein Fahrzeug in einer ans Wohnhaus angeschlossenen Garage laufen, auch nicht bei geöffneter Garagentür. Zum Heizen des Hauses keinen Gasofen verwenden. Wenn

25. Juli 2005

Seite 1 von 3

Gesundheitsschutz und Sicherheit nach einem Orkan (Fortsetzung)

der Kohlenmonoxidmelder ertönt, verlassen Sie das Haus sofort und wählen den Notruf unter der Nummer 911. Bei Verdacht auf Kohlenmonoxidvergiftung in Verbindung mit Schwindel oder Übelkeit muss unverzüglich ärztliche Hilfe aufgesucht werden.

Vermeiden Sie Kontakt mit Hochwasser und Mücken. Befolgen Sie alle Warnungen bezüglich Straßenüberschwemmungen. Fahren Sie keine Fahrzeuge oder schweren Maschinen durch das Wasser. Tragen Sie eine Schwimmweste bei Arbeiten im bzw. in der Nähe von Hochwasser. Wenn Sie in einem Gebiet mit steigendem Hochwasser feststecken, tragen Sie eine Schwimmweste oder irgendeinen anderen Gegenstand, der Ihnen beim Schwimmen nützlich sein kann. Vermeiden Sie Mückenstiche, indem Sie lange Hosen, Socken, und langärmelige Hemden tragen und DEET oder Picaridin enthaltende Insektenschutzmittel verwenden.

Halten Sie sich von auffälligen Gebäuden aller Art fern. Halten Sie sich von beschädigten Gebäuden aller Art fern, bis diese von einem Gebäudefachmann oder staatlich anerkannten Fachmann überprüft und als sicher befunden wurden. Verlassen Sie das betroffene Gebiet bei Anzeichen eines möglicherweise bevorstehenden Zusammenfalls des Gebäudes sofort.

Achten Sie auf wilde oder streunende Tiere. Halten Sie sich von wilden oder streunenden Tieren fern. Informieren Sie die örtlichen Behörden über solche Tiere. Entsorgen Sie tote Tiere gemäß den geltenden örtlichen Richtlinien.

Achten Sie auf mögliche, durch Strom oder Feuer verursachte Gefahren. Berühren Sie NIEMALS eine herunterhängende Stromleitung. Informieren Sie die Stadtwerke über herunterhängende Stromleitungen. Vermeiden Sie während der Aufräumarbeiten Berührungen aller Art mit Stromleitungen. Wenn Stromkreise und elektrische Geräte nass wurden oder nass werden könnten, stellen Sie den Strom am Haupttrennschalter oder an der Sicherung der Bedientafel ab. Der Strom darf erst dann wieder angestellt werden, nachdem die elektrischen Geräte durch einen Fachmann überprüft wurden. Lassen Sie Kerzen niemals unbeaufsichtigt oder in der Nähe leicht entzündlicher Gegenstände brennen. Verwenden Sie möglichst Taschenlampen oder andere batteriebetriebene Lampen statt Kerzen.

Achten Sie auf Gefahrstoffe. Tragen Sie beim Umgang mit Gefahrstoffen Schutzkleidung und -ausrüstung (z.B. ggf. Atemschutzmaske). Waschen Sie Haut, die möglicherweise mit Gefahrstoffen in Berührung gekommen ist. Wenden Sie sich an die örtlichen Behörden, falls Sie im Hinblick auf den Umgang mit bzw. die Entsorgung von Gefahrstoffen Fragen haben.

Reinigung und Vorbeugung gegen Schimmelpilzbefall. Reinigen und trocknen Sie das Gebäude schnellstmöglich (innerhalb von 24 bis 48 Stunden). Öffnen Sie Türen und Fenster. Verwenden Sie Ventilatoren zum Austrocknen des Gebäudes. Zur *Vorbeugung* gegen Schimmelpilzbefall reinigen Sie nasse Gegenstände und Oberflächen mit Reinigungsmitteln und Wasser. Zur *Beseitigung* von Schimmelpilz tragen Sie wasserdichte Handschuhe, öffnen Fenster und Türen und waschen die betroffenen Stellen mit einer Lösung aus einer 1 Tasse Bleiche auf ca. 4 Liter Wasser. Werfen Sie poröse Gegenstände weg (z.B. Teppiche und Polstermöbel), die nicht schnell getrocknet werden können. Reparieren Sie undichte Stellen am Dach, an Wänden oder an der Rohrleitung.

Überanstrengen Sie sich nicht und lassen Sie sich helfen. Achten Sie auf körperliche oder emotionale Erschöpfung oder Belastung. Setzen Sie Prioritäten bei den Aufräumarbeiten und überanstrengen Sie sich nicht. Versuchen Sie, nicht alleine zu arbeiten. Überanstrengen Sie sich nicht. Bitten Sie Ihre Familie, Freunde oder fachmännisches Hilfspersonal um Unterstützung. Falls erforderlich, bemühen Sie sich um fachmännische Hilfe.

Gesundheitsschutz und Sicherheit nach einem Orkan (Fortsetzung)

Vermeiden Sie Skelettmuskulaturverletzungen. Bewegen Sie schwere Gegenstände nur mit der Unterstützung von mindestens einer anderen Person. Vermeiden Sie das Heben von Gegenständen, die mehr als 23 kg (pro Person) wiegen.

Überhitzen Sie sich nicht. Wenn es heiß ist, bleiben Sie in Gebäuden mit Klimaanlage, machen Sie Pausen im Schatten oder in kühlen Räumen, trinken Sie regelmäßig Wasser und alkoholfreie Getränke, tragen Sie leichte, helle, bequeme Kleidung, führen Sie körperliche Aktivitäten im Freien während der kühleren Stunden aus.

Behandeln Sie Verletzungen. Reinigen Sie alle offenen Wunden und Hautverletzungen mit Seife und sauberem Wasser. Tragen Sie antibiotische Wundsalbe auf. Wenden Sie sich an einen Arzt um herauszufinden, ob zusätzliche Maßnahmen erforderlich sind (wie z.B. eine Tetanusimpfung). Falls sich eine Wunde rötet, anschwillt, oder nässt, suchen Sie sofort einen Arzt auf.

Waschen Sie die Hände. Verwenden Sie hierzu Wasser und Seife. Falls kein Wasser vorhanden ist, verwenden Sie alkoholhaltige Produkte zum Reinigen der Hände.

Tragen Sie bei den Aufräumarbeiten Schutzkleidung. Tragen Sie Schutzhelm, Schutzbrille, Arbeitshandschuhe und wasserdichte Stiefel mit Stahlkappen und Brandsohlen. Tragen Sie Ohrwatte oder schützende Kopfhörer zum Schutz gegen Maschinenlärm.

For more information, visit www.bt.cdc.gov/disasters/hurricanes/
or call CDC at 800-CDC-INFO (English and Spanish) or 888-232-6348 (TTY).